

TEL.: 0157 531 159 37
MÜNSTERSTRASSE 57
KIRCHPLATZ ST. JOSEPH



Druckanleitung
Beidseitig bedrucken
Zwei Seiten pro Blatt
An kurzer Seite spiegeln.

WOCHENPLAN

- KOSTENLOSE -
FREIZEITANGEBOTE IN DER NORDSTADT

FÜR ERWACHSENE



EINE BUDE FÜR ALLE

MUSIK

SPORT

KREATIV

GESELLIGKEIT
& BILDUNG

Stand: März 2025

Montag



Trommelkurs Djembe

18:30
KJD / St. Vincenz
Jugendhilfe-Zentrum,
Oesterholzstraße 85-91
Anmeldung:
0163 7711499

Sing, Sing, Sing

11:00-12:30
Community Music im
Konzerthaus
Brückstraße 21
Tel.: 0231 22696200

Community Chor

17:30 (Termine variieren)
pdL - Weiterbildungs-
institut Ruhr,
Münsterstraße 9-11
Tel.: 0231 22696200

Walking für Frauen

18:00-19:00
Quartierstreff Concordia
Wamblerstr. 4
Tel.: 0231 1372082

Sticken und Stricken für Frauen

Mo. & Do. 18:00-20:00
Quartierstreff Concordia
Wamblerstr. 4
Tel.: 0231 1372082

Boxgruppe

14 bis 27 Jahren
18:00-20:00
Treffpunkt Stollenpark
Bergmannstraße 51
Tel: 0231 / 4763127

Vinyasa-Yoga

für Anfänger*innen und
alle Anderen
(17:30)
im Flow für alle Level
(19:00)
SÖZ, Gut-Heil Straße 14



PC Kurs Basic

15:00 - 16:00
Quartierstreff Concordia
Wamblerstr. 4
Tel: 0231 1372082



Computerkurs

17:30-19:00
Train of hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

VeloKitchen

Selbsthilfe Fahrradwerkstatt
und veganes Kochen
18:15 - 21:00
Bornstraße 138
hallo@velokitchen-
dortmund.de



Frauen-Café Nord

ladies, lets come
10:00 - 12:00
FABRIC, Nordstraße 43

Klänge für die Seele -

Musik mit kurzen Texten
zum Entspannen
20:00 | Pauluskirche
Schützenstr. 35
Tel: 0170/ 3144148



NACHBARBUDE_DORTMUND_SKM

Du möchtest Leute aus der Nachbarschaft kennenlernen?

Du brauchst Hilfe beim Einkauf?

Du suchst kostenlose lokale Sport & Kulturangebote?

Du brauchst Hilfe bei Reparaturen oder einen Handwerker?

Du suchst Informationen oder jemanden, der dich beraten/ dir helfen kann?

Du wünschst dir Begleitung zu Terminen?

Hilfe

AUF ZUR NACHBARBUDE

WIR SIND DA.
Münsterstrasse 57
(Kirchplatz)



Ehrenamt

LUST AUF EIN EHRENAMT?

WERD BUDENFREUND*IN!

Egal, wie alt du bist & woher du kommst.



RUF an, KOMM vorbei oder SCHREIB uns.

Du suchst eine sinnvolle Tätigkeit?

Du bist handwerklich begabt?

Du möchtest einfach helfen?

Du würdest gern neue Leute kennenlernen?

FUNDED BY THE EUROPEAN UNION. VIEWS AND OPINIONS EXPRESSED ARE HOWEVER THOSE OF THE AUTHOR(S) ONLY AND DO NOT NECESSARILY REFLECT THOSE OF THE EUROPEAN UNION OR OF THE HORIZON-EIC-2021-ICAPITALPRIZE - THE EUROPEAN CAPITAL OF INNOVATION AWARDS (ICAPITAL) EU PRIZES: THE EUROPEAN CAPITAL OF INNOVATION AWARDS (ICAPITAL) (RULES OF CONTEST): V1.0 - 18.03.2021 EUROPEAN INNOVATION COUNCIL AND SMES EXECUTIVE AGENCY. NEITHER THE EUROPEAN UNION NOR THE AWARDING AUTHORITY CAN BE HELD RESPONSIBLE FOR THEM.



INN VATION NEXT D OR



Finanziert von der Europäischen Union

Freitag

Fair Focus Friday
antikapitalistisches Co-
Working
09:00 - 16:00
SÖZ
Gut-Heil-Straße 12-14



Nordstadtssessions
jeden 2. Freitag im Monat
19:00
Dreifaltigkeitskirche:
Flurstraße 8 oder:
Langer August,
Braunschweigerstraße 22
Tel.: 0231 80418150

**Columbianischer
Paartanz**
17:00-19:00
Etnia y Folclor Colombia &
Keuning.haus | Raum 214
Leopoldstraße 50-58
Tel.: 0231 50-25141

**Computertreff &
Smartphonesprechstunde**
09:00-10:30
Raum vor Ort
Missundestraße 8
Tel.: 0231 56788148

Frauentialog
10:00-11:30
Raum vor Ort
Mallinckrodtstr. 62
Tel.: 0231 56788148



Upcycling in Werkstatt
13:00-16:15
Die Wertstatt
Missundestraße 10
Tel.: 0231 56788148

**Smartphone-Fotografie-
Kurs für Frauen**
10:00-12:00
AWO BunkerPlus
Blücherstr. 25
n.brinkner@awo-
dortmund.de

Hofcafé im Missundehof
16:30 - 18:00
Raum vor Ort
Missundestraße 8
Tel: 0231 56788148



Excel-Kurs
18:00-20:00
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Dienstag

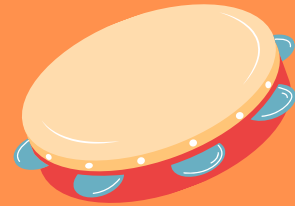


Bouboulines

griechischer Tanzkurs
18:30-20:30
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Musikworkshop

Reise durch verschiedene
Länder
17:00 - 19:00
St. Vincenz Jugendhilfe-
Zentrum
Oesterholzstr. 85-91
Anmeldung: 0231 / 80418150



Kampfsport

18:30 - 20:00
offen für alle,
stilübergreifend
SÖZ
Gut-Heil Straße 14



Tango Argentino

19:00-22:00
Amigo Tango &
Keuning.haus | Studio K
Leopoldstraße 50-58
amigotango@gmx.de

Frauentheater

18:00-21:00
Migrantinnenverein
Dortmund e.V. &
Keuning.haus | Raum 204
Leopoldstraße 50-58
Tel.: 0231 50-25141

Offene Nähwerkstatt

16:00-18:00
Nachbarschaft Borsig 11
Quartierstreff Concodria
Wambeler Str. 4
Tel.: 0231 80418150

Yoga für Frauen

13:00-14:30
Train of hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Offener Treff

14:00-16:00
(sowie Donnerstags)
Kaffe & Kuchen
gegen Spende
Quartierstreff Concordia
Wamblerstr. 4
Tel.: 0231 1372082



Sprachcafé

17:00-19:00
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Mittwoch

Community Music

18:30-20:00

Train of Hope

Münsterstraße 54

Tel.: 0231 97062647



Budencafé

Kaffee, Kuchen und

Austausch mit der

Nachbarschaft

15:30 - 17:00

NachbarBude,

Münsterstraße

(Kirchplatz St. Joseph)



Golden Swingings

Tanzkurs

ab 13:30

Keuning.haus |

Gymnastikraum

Leopoldstraße 50-58

Tel.: 0231 5025141



Nähkurs

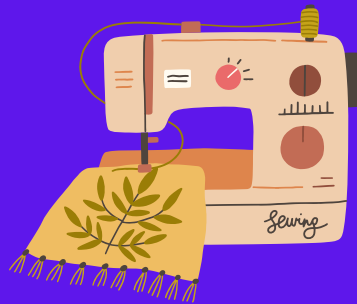
14:45-18:00

Raum vor Ort

Missundestraße 8

Anmeldung bei RvO:

Tel: 0231 84 16 43 75



Digitalwerkstatt

15:00-16:00

Grünbau

Osterholzstr. 85-91

Tel.: 0152 38254181

Kunst & Kultur im Schleswiger Viertel

18:00-19:30

Raum vor Ort

Missundestraße 8

Tel.: 0231 56788148

MusicAll - wir machen Musik

(ab 18 Jahren)

19:00 - 22:00

Fritz-Henßler-Haus

Geschwister-Scholl-

Straße 33-37

musicalldortmund@gmail.com

Radkultur und Küche

18:15-21:00

Velo Kitchen

Bornstraße 138

Im Schüchtermann-Carré

hallo@velokitchen-

dortmund.de

Together Donnerstag

Music of Hope

18:00 - 21:00
Train of Hope
Münsterstraße 54
Anmelden unter:
0231/97062647

Community Orchester

an unterschiedlichen
Tagen und Terminen
18:00-19:30
Konzerthaus
Brückstraße 21
Tel.: 0231 - 22 696 148



Bauchtanz

18:30-20:00
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Spanischer Tanzkurs

19:00-21:00
Misterio del Sur &
Keuning.haus | Raum 220
Leopoldstraße 50-58
Tel.: 0231 50-25141

Schreibwerkstatt

19:30 (alle 2 Wochen)
Offenes Zentrum
Schleswigerstr. 12
formlose Anmeldung an:
maileoffeneszentrum.de



Nähkurs

14:45-16:15
Raum vor Ort
Missundestraße 8
Tel.: 0231 56788148

Alphabetisierungskurs

13:00-14:30
Raum vor Ort
Missundestraße 8
Tel.: 0231 56788148

Selbstverteidigung und Gewaltprävention

17:30 - 19:00
SÖZ, Gut-Heil-Straße 12

Frauenfrühstück - Gesunde Ernährung

10:00-12:30
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647